Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение

Хохлатская средняя общеобразовательная школа

**Научно-практическая конференция**  
**школьников «Ученик-исследователь»**

**Секция «Математическая»**

**«МОЙ ШКОЛЬНЫЙ ПОРТФЕЛЬ»**

Мамонова Елизавета Евгеньевна, ученица 11 класса

МОБУ Хохлатская СОШ

Руководитель:Тимофеева Т.В

с. Чергали , 2017 год

Аннотация:

*Знаю я чудесный дом,*

*Жильцов занятных много в нем.*

*Проживают в доме том*

*И тетради, и альбом,*

*Карандаши и книжки,*

*Краски-шалунишки.*

*Дом тот, друг мой, не простой:*

*Ходит в школу он с тобой.*

**Тема исследовательской работы: «Мой школьный портфель»**

**Объект** моего исследования стал школьный портфель.

**Предметом исследования**-достоинства и недостатки школьного портфеля.

**Цель исследования**: Выяснить- безопасен ли здоровья вес портфеля?

**Методы исследования**: изучение литературных источников, научных работ и статей; проведение и анализ собственных исследований.

**Практическая значимость** этой работы заключается в том, что материалы данного исследования могут быть использованы как дополнительный материал к выступлениям на родительских собраниях, классных часах, а так же в целях предупреждения различных заболеваний.

В процессе выполнения работы были проведены экспериментальные исследования школьного рюкзака и школьных учебников. Во время проведения исследования было выявлено, что школьный рюкзак слишком тяжелый и наносит вред здоровью.

муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение

«Хохлатская средняя общеобразовательная школа»

**отзыв**

на проект **«Мой школьный портфель»**

обучающей 11 класса

Мамоновой Елизаветы Евгеньевны

МОБУ Хохлатская СОШ

Содержание работы соответствует заявленной теме, использованы различные источники информации. Актуальность идеи проекта обоснована, цель сформулирована. Материал проекта проработан достаточно полно, работа отличается творческим подходом и оригинальностью.

Автор провел анализ результатов, полученных в ходе исследования и сделал выводы. Полученные результаты работы соответствуют цели проекта, являются убедительными.

Работа оформлена в соответствии с установленными требованиями. Представленный проект имеет определенное практическое значение.

Руководитель работы: учитель информатики Тимофеева Т.В

Оглавление:

**1. Введение.** 2 стр.

**2. Теоретическая часть проекта.** 4 стр.

2.1..Мода на школьный портфель: вчера, сегодня, завтра 4 стр.

2.2.Выбираем школьный портфель 5 стр.

2.3. На все есть свои нормы. 6 стр.

2.4. Заглядывая в будущее. 6 стр.

**3. Практическая часть проекта. 7** стр.

3.1. Анкетирование учащихся « Мой школьный портфель» 7 стр.

3.2. Изучение соответствия гигиеническим нормам веса портфеля

обучающихся 5,6 класса. 7 стр.

3.3. Памятки о школьном портфеле. 10 стр.

**4. Заключение.** 12 стр.

**5. Приложения.** 14 стр.

**6. Литература.** 15 стр.

1. **Введение**

Здоровье - бесценное достояние каждого человека. При встречах, расставаниях с близкими и дорогими людьми мы желаем им доброго и крепкого здоровья, так как это - основное условие и залог полноценной и счастливой жизни. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать жизненные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки.

Уже в детском саду каждый мечтал о том, как пойдет в первый класс, как за спиной у него будет школьный портфель с тетрадками, учебниками, ручками. Школьный портфель не только долгожданный атрибут ученика, но и важная школьная принадлежность.

От того, какой у школьника портфель, во многом зависит его внешний вид, настроение и здоровье. Правильная  осанка  играет большую роль в здоровье человека. Но ещё одним из главнейших факторов, влияющих на здоровье человека, на его правильную  осанку  является правильный или, «безопасный»  вес  портфеля.

Возникают вопросы: что же лучше: портфель или ранец? Как тяжесть портфеля влияет на осанку ребёнка? Сколько должен весить школьный портфель? Как его правильно выбрать?

Для того чтобы разобраться в данных вопросах мы разработали проект «Школьный портфель».

**Начальный этап проекта:** сбор информации по исследуемой проблеме. Методы сбора информации: изучение литературы и Интернет источников, анкетирование среди обучающихся школы и их родителей, исследование веса школьного портфеля среди обучающихся.

**Основной этап проекта**: оформление проекта и презентация его результатов.

**Цель проекта**: - выяснить требования, которые необходимо предъявлять к школьному портфелю и соответствие этим требованиям школьных портфелей обучающихся школы;

- провести разъяснительную работу среди обучающихся и их родителей.

**Задачи**:

* проанализировать данные в литературе, интернет ресурсах по теме исследования;
* узнать какие гигиенические требования предъявляются к школьному портфелю;
* исследовать и проанализировать состояние школьных портфелей учащихся 5,6 класса с точки зрения гигиенических требований;
* сделать вывод на основе проведённых наблюдений;
* создать презентацию, разработать памятки и рекомендации.

**Методы исследования:** опрос, наблюдение, беседа, сбор информации из книг, журналов, Интернета, фотографирование.

**Гипотеза исследования:** тяжелый портфель вредит здоровью школьника.

**2.Теоретическая часть**

**2.1. Мода на школьный портфель: вчера, сегодня, завтра.**

Что означает слово портфель? Слово французского происхождения. Состоит из двух частей. «Порт» - несу, «фель» - листы. Дословно переводится – ношу листы. История школьного портфеля весьма интересна, можно сказать, что ее начало лежит с тех самых пор как еще пещерные люди делали себе нечто похожее на сумки из кож диких животных. Совершая раскопки в Альпийских горах, учёные-археологи нашли тело древнего человека, рядом с которым лежал портфель. Хозяину портфеля было около 5 тысяч лет. Портфель был сделан из кожи и досок. Его можно было носить как на спине, так и в руках.

Прогресс не стоит на месте, и спустя время подобные портфели-сумки начали изготавливать из ткани. Ткань должна быть достаточно прочной, для того чтобы выдержать груз, который находился в сумке, немаркой и водонепроницаемой. Через какое- то время начали изготавливать подобные сумки из натуральной кожи животных. Это делало их более практичными для ежедневного использования.

И только в XIX веке во Франции человечеству был представлен портфель таким, каким мы видим его сегодня. Первыми пользователями портфеля были мужчины таких профессий как юристы, адвокаты, чиновники, доктора. И это вполне разумно, так как именно люди этих профессий имели дело с документами и бумагами. И именно им был необходим портфель, так как был довольно вместительным и позволял носить с собой все самые необходимые вещи. Позже такой портфель приобрел популярность среди студентов и вообще людей, которые ежедневно носили с собой, будь то бумаги и книги или же какие- то личные вещи.

За сотню лет школьный портфель изменился до неузнаваемости. До революции ранцы в России делали из черной кожи с крышкой, обшитой тюленьим мехом – под стать военным рюкзакам. Таскать все это на плечах было весьма удобно.

В портфелях книги и тетради начали носить в послевоенное время, но все, же чаще в школы ходили с видавшими виды полевыми сумками, доставшимися от вернувшихся с фронта родственников. Полевые сумки в отличие от портфелей можно было перекидывать через плечо, а во время драк использовать в качестве оружия. Промышленные дизайнеры утверждали, что цвет не должен отвлекать детей от учебы, но в действительности в СССР не выпускали белых или розовых ранцев по единственной причине: разработчиков просили сделать так, чтобы было практично и не марко. Тяжелые и неудобные ранцы имели всего пару отделений, так что более находчивые ученики вставляли внутрь дополнительные картонки, разделяя учебники и тетради по предметам.

Сегодня ассортимент велик. В супермаркетах, универмагах и магазинах огромный выбор ярких ранцев. Разбегаются глаза не только у будущих первоклассников, но и у родителей.

Теперь ранцы не только делают из облегченного материала, но и снабжают ортопедическими спинками, колесиками и выдвижными ручками: устав, ребенок может облегчить себе ношу.

Какой тип школьного портфеля предпочитают современные школьники? Для ответа на этот вопрос мы составили анкету и спросили у обучающихся. Оказалось, что большинство предпочитают рюкзаки (75 %), 15 % опрошенных выбирают сумку и только 10% ранец.

**2.2. Выбираем школьный портфель.**

Когда-то давно был один размер школьного ранца, сейчас их великое множество. Поэтому важно правильно подбирать размер портфеля или ранца. Конечно, ранец предпочтительнее портфеля: нагрузка распределена равномерно, руки свободны. Но как его правильно выбрать? При выборе школьного рюкзака в первую очередь нужно смотреть на комплекцию ребенка. При маленьком росте не стоит покупать огромный «чемодан» на ремнях. Это может повредить осанке. Рюкзак не должен быть шире спины школьника. И не очень длинным, чтобы не оттягивать плечи малыша, когда будет нагружен учебниками. Идеальный размер передней стенки рюкзака: высота – 220-260 мм, ширина – 60-100 мм, длина – 300-360 мм. При носке верх не должен находиться выше линии плеч, а низ – ниже бедер. Важно, чтобы задняя стенка ранца или рюкзака была уплотнена и хорошо прилегала к спине школьника, не давая позвоночнику искривляться. Ученику младших классов лучше приобрести рюкзак со специальной ортопедической спинкой. Далее обращайте внимание на материал, из которого изготовлен рюкзак. Чем он легче, тем легче его будет носить. Виниловые или тканевые рюкзаки не менее прочные, чем кожаные, но более легкие по весу. Вес ранца без книг и тетрадей не может превышать 700 г. Вес рюкзака вместе с книгами – не больше 10% от веса самого ученика.

Посмотрите, как выглядят ремни. Они должны быть не менее 8 см шириной и хорошо подгоняться под рост и объем того, кто будет носить рюкзак.   
 Неправильно подобранные ремни могут передавливать нервные окончания на плечах и руках, и вызывать их онемение. Поверхность рюкзака, прилегающая к спине, должна быть выполнена в виде специальной подушечки, чтобы носящий чувствовал комфорт, а не углы книг и тетрадей, впивающиеся в спину. Эффективной мерой распределения веса нагрузки рюкзака является использование ремней для пояса или бедер. 50- 70% нагрузки снимается с плеч и переносится на нижние части тела. Выбирайте рюкзак, имеющий несколько дополнительных карманов вместо одного большого. Помните, что к той части ранца, которая соприкасается со спиной, нельзя располагать предметы, которые могут повлиять на здоровье ребенка. С этой стороны должно быть отделение для твердых книг. Внутри должны быть отделения для тетрадей и пенала, а снаружи карманы для мелких предметов и бутылочек с водой. При покупке следует обращать внимание не только на красоту и яркость, но прежде всего на функциональные качества. Для изготовления ранцев сейчас, как правило, используются различные кожзаменители или синтетические ткани. Эти материалы должны быть легкими, прочными, с водоотталкивающей пропиткой или покрытием, удобными для очистки. Для наших холодных зим важно еще и такое качество, как морозоустойчивость. Иначе на морозе ранец затвердеет и будет напоминать ледяную корку. Замки и молнии должны быть удобными, легко открываться и закрываться соответственно. Неплохо, если днище ранцев и портфелей с наружной стороны будет защищено пластмассовыми закругленными уголками, тогда их спокойно можно будет ставить на любые поверхности.

Не менее важен цвет. Ранец должен быть оранжевого или желтого цвета и отражать падающий на него свет. С ранцами этих двух светящихся цветов ребёнок бросается в глаза, и его проще заметить водителям на дорогах – даже в темноте или сумерках. Полосы-рефлекторы защищают ребенка в темноте. Как два кошачьих глаза, они отражают свет фар автомобилей и грузовиков. Уже издалека водители заметят светящийся ранец и ребенка. Особенно эффективны широкие рефлекторы.

И последнее. Чтобы рюкзачок или ранец не линял в будущем (чем часто грешит китайская продукция), возьмите мокрый платочек и проведите по поверхности ранца. Если платочек остался чистым, значит, краска, скорее всего, будет долговечна. Если вы спросите: «Ранец какой фирмы лучше?». То здесь трудно ответить однозначно. Если это европейский производитель, то продукцию аттестовали обязательно с учетом мнения медиков. Как это происходит в Китае или других странах, никто не знает.

#### 2.3.На все есть свои нормы.

С сентября 2011 года вступят в силу новые Санитарно- эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10. По данным правилам и нормам вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей не должен превышать: для учащихся 1 - 2-х классов - более 1,5 кг, 3 - 4-х классов - более 2 кг, - 5 - 6-х - более 2,5 кг, 7 - 8-х - более 3,5 кг, 9 - 11-х - более 4,0 кг. В целях профилактики нарушения осанки обучающихся рекомендуется для начальных классов иметь два комплекта учебников: один - для использования на уроках в общеобразовательном учреждении, второй - для приготовления заданий.

Такое жесткое регламентирование веса школьного портфеля связано с тем, что ношение чрезмерных тяжестей негативно влияет на здоровье школьника.

**2.4.Заглядывая в будущее.**

Компьютерная ассоциация TCA из Тайваня создала группу, цель которой - способствовать распространению в стране и за рубежом электронных школьных ранцев - компьютеров, которые должны объединить в себе школьные учебники, тетради, дневники и все другое, необходимое школьнику для учебы. Многие эксперты, и не только на Тайване, предсказывают, что эти устройства постепенно заменят традиционные печатные книги. Ну что ж! Будем ждать и мы чудо-ранец, ведь нашим детям жить в век новых технологий.

**3. Практическая часть.**

**3.1. Анкетирование учащихся « Мой школьный портфель»**

Мы провели исследование в 5,6 классе в форме анкетирования. В ходе анкетирования приняло участие 8 обучающихся.

Учащихся мы попросили заполнить анкету Приложение №1:

По результатам анкетирования, где участвовало 8 человек.

6 респондентов отвечают, что у них портфели квадратной формы, один респондент – затруднился с ответом . Преобладает в основном черный цвет – 5 ответов, желтый – 1, не указали цвет – 2. Восемь опрашиваемых покупают портфели в магазине и выбирают вместе с родителями.

Семь, из опрашиваемых детей, купили портфели российского производства, 1 – импортного. Мы прекрасно знаем, что некачественный китайский товар заполонил не только рынок, но и наши магазины.

Школьные сумки выбираются в основном удобные, это отметили все 8 человек. Потом идет выбор по критериям цвета (6 ответов), формы (5 ответов), безопасности (6 ответа). Всего два школьника оброщают на цену товара .

Пользуются портфелями 1-2 года 7 человек, 5 лет – 1. Меняют по износу (в основном пишут – ломаются замки, рвутся ручки) –8.

Ну, а портфель будущего все видят удобным, прочным, легким и чтобы у него были крылья и сам делал уроки

**3.2. Изучение соответствия гигиеническим нормам веса портфеля учащихся 5,6 класса.**

Как же сохранить здоровье ученика и не усугубить эту проблему, нося ежедневно тяжёлую поклажу за спиной?

Для этого мы рассчитали правильный вес ранца с принадлежностями по формуле: **вес ранца меньше 10% веса ученика, т.е. вес ученика (в килограммах) надо умножить на 10 и разделить 100.**

Данные записали в таблице.

#### Таблица №1

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ф.И. ученика** | **Вес тела (кг)** | **Диагноз** | **Правильный вес ранца (кг)** | **Реальный вес ранца (кг)** | **Сколько процентов от веса ученика составляет вес его полного портфеля** | **Выводы** |
| Сорокин Саша | 30 | Нарушение осанки | 3,0 | 4,4 | 15% | больше нормы |
| Янышевский Дима | 43 |  | 4,3 | 4,0 | 9% | норма |
| Байбородова Василиса | 33 |  | 3,3 | 3,2 | 10% | норма |
| Левченко Максим | 29 |  | 2,9 | 2,5 | 9% | норма |
| Спиридонова Кристина | 42 | Нарушение осанки | 4,2 | 4.3 | 10% | больше нормы |
| Хабло Саша | 45 |  | 4,5 | 2,8 | 6% | норма |
| Зюзина Анжелика | 36 |  | 3,6 | 4,0 | 9% | норма |
| Лепехин Витя | 45 |  | 4,5 | 2,7 | 6% | норма |
| Дружкин Вова | 29 |  | 2,9 | 3.0 | 10% | больше нормы |

Вес пустого ранца Таблица №2

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ф.И.О. ученика** | **Вес пустого ранца (кг)** | **Выводы** |
| Сорокин Саша | 0,2 | норма |
| Янышевский Дима | 0,8 | тяжелый |
| Байбородова Василиса | 1,1 | слишком тяжелый |
| Левченко Максим | 0,2 | норма |
| Спиридонова Кристина | 0,5 | норма |
| Хабло Саша | 0,6 | больше нормы |
| Зюзина Анжелика | 0,4 | норма |
| Лепехин Витя | 0,3 | норма |
| Дружкин Вова | 1 | слишком тяжелый |

Вес учебника Таблица №3

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Название учебника** | **Вес учебника** | **Выводы** |
| Математика | 400 г | норма |
| Русский язык | 300 г | норма |
| Биология | 300 г | норма |
| Дневник | 200 г | норма |
| Литература | 400 | норма |

Результаты исследований Таблица № 4

|  |  |
| --- | --- |
| **Название позиции** | **Результат** |
| самый правильный ранец | 0,2 кг |
| самый тяжелый пустой ранец | 1,1 кг |
| самый тяжелый ранец с принадлежностями | 4,3 кг |
| самый легкий ранец с принадлежностями | 2,5 кг |
| самый тяжелый учебник | 400 г |
| самый «тяжелый» учебный день | Среда |
| самый «легкий» учебный день | пятница |

2,5 кг – 4,3 кг – вес ранца (самый маленький и самый большой) в течение недели.

***Выводы:***

Мы увидели, что у 5 учеников вес ранца соответствует гигиеническим нормам, т.е. не превышает условного веса 0,5 кг. Нашлись победители легковесы весом всего 0,2кг. Но у 3 человек вес ранца превысил гигиеническую норму.

Ранцы-тяжеловесы могут стать причиной различных патологий в развитии опорно-двигательной и сердечно-сосудистой систем.

Можно сказать, что родители ребят, обладающих правильными ранцами и ранцами-легковесами, побеспокоились о сохранении здоровья своего ребенка, в частности осанки.

А может быть причина не только в ранцах, но и в учебных пособиях?

**Результаты исследования**

Понаблюдав в течение недели за весом ранцев, мы обнаружили, что самым тяжелым ранец бывает в среду – в среднем 4,0 кг. Самым легким ранец оказался в пятницу. Вес легковеса достигал в среднем 2,3 кг, причем не учитывался вес сменной обуви. Так что даже в эти дни вес не соответствовал гигиеническим нормам.

**3.3. Памятки о школьном портфеле.**

По результатам наших теоретических и практических исследований мы составили памятки.

**Рекомендации родителям**

* Выбирайте ранец, чтобы равномерно распределить нагрузку на позвоночник ребёнка;
* не покупайте тяжелые ранцы! Врачи рекомендуют средний вес пустого ранца для ученика начальной школы – 300 г;
* покупайте ранец с твёрдой спинкой;
* вес портфеля с учебниками не должен превышать 10% массы тела ребёнка;
* научите ребенка правильно укладывать ранец - тяжелые предметы надо класть так, чтобы они оказались на дне и как можно ближе к спине, тогда вес содержимого будет равномерно распределяться по лямкам;
* не гонитесь за красотой портфеля, думайте об осанке ребёнка, о его здоровье!

**Рекомендации учителям и работникам школ**

Снизить вес школьных ранцев и способствовать, таким образом, профилактике ортопедических и сердечно-сосудистых заболеваний у учащихся можно несколькими путями:

- использовать только те учебники и пособия, которые прошли гигиеническую экспертизу;

- найти возможность (в начальной школе) использовать два комплекта учебников (один – в школе, один – дома);

- при составлении школьного расписания учитывать гигиенические требования к весу ежедневных учебных комплектов;

**Рекомендации ученикам**

* Помни: «правильный» портфель весит пустым 300 -500 граммов;
* раздели свой  вес  на 10 и получи безопасный вес своего портфеля;
* не носи лишнего в школьных ранцах;
* проверяй ранец ежедневно и не забывай убрать из него ненужные учебники и принадлежности; Осанка вырабатывается в детстве. Чтобы выработать хорошую осанку, быть здоровым, нужно выполнять правила, многие из которых вы уже знаете.

**Правила**

**для поддержания правильной осанки**

* Выполнять упражнения по укреплению мышц туловища.
* При переносе тяжестей нужно равномерно нагружать руки.
* Не носить ранец или портфель в одной руке.
* Не перегружать портфель.
* Правильно сидеть за столом, партой, на стуле, не горбиться.
* Спать необходимо на жесткой постели с невысокой подушкой.
* Стоять и выполнять различную работу следует с выпрямленной спиной.

**4. Заключение**

Проведя данное исследование, мы обнаружили, что у ребят со слишком тяжелым ранцем появились проблемы с опорно-двигательной системой. Это подтверждает нашу гипотезу.

Ранцы-тяжеловесы могут стать причиной различных патологий в развитии опорно-двигательной и сердечно-сосудистой систем детей.

Можно сказать, что родители ребят, обладающих правильными ранцами и ранцами-легковесами, побеспокоились о сохранении здоровья своего ребенка, в частности осанки. А как же можно уменьшить вредное влияние школьного рюкзака на здоровье ученика?

Необходимо:

- при покупке рюкзака учитывать его вес (не тяжелее 500 г);

- убирать из него все лишнее (например, игрушки или ненужные в данный день учебники и принадлежности);

- носить рюкзак на спине, используя обе лямки;

- школьный рюкзак поможет сохранить здоровье своему владельцу, если на нем будут вставки из специальных светоотражающих материалов. Это обеспечит безопасность школьника на дороге в темное время суток.

- необходимо регулярно заниматься физкультурой, потому что физические упражнения укрепляют мышцы и скелет.

Настоящая исследовательская работа направлена на то, чтобы привлечь внимание к сохранению здоровья подрастающего поколения.

**Желаем всем успехов в приобретении портфелей!**

#### 5.Приложение

Приложение№1

**Дорогие учащиеся!**

Одной из главных школьных принадлежностей у вас является что? Конечно же, портфель. Давайте откровенно ответим на вопросы и пофантазируем о его будущем. Выбранный ответ обводим кружочком.

1.В каком классе, какие портфели у вас были?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| класс | форма | цвет |
| первый |  |  |
| второй |  |  |
| третий |  |  |
| четвертый |  |  |

2.Кто выбирает для вас портфель?

А) Я сам (сама)

Б) Мама

В) Папа

Г) С родителями вместе

Д) Родственники

3. Где покупаете?

А) В магазине

Б) На рынке

4. Выбираете портфель, изготовленный у нас в России или импортный (в другой стране)?

А) Российский

Б) Импортный

5. По каким критериям (признакам) выбираете? (Можете отметить несколько признаков сразу)

А) Цвет

Б) Форма

В) Цена

Г) Удобство

6. Какого цвета, формы портфель вам нравится? Напишите\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7. Как долго пользуетесь одним портфелем? Напишите\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

8. По какой причине меняете? Напишите\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9. Какими вы видите портфель школьника в будущем? Можете написать или нарисовать!\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

10. Не носишь ли ты в портфеле предметы не относящиеся к учебе?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Спасибо за интересные ответы! Ваши предложения будут учтены производителями школьных сумок***

**Литература.**

1. Андреева В.В. Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата у детей школьного возраста. Методические рекомендации.
2. «Гигиенические требования к изданиям учебников для общего и начального профессионального образования» 1998. – 120 с.;
3. Лопанин А. Б. Тяжелая ноша–<http://timix.nios.ru/archives/6862>;
4. Медицинские карты учащихся 3-А класса;
5. На что стоит обращать внимание при покупке портфеля первоклассника. интернет-ресурс – <http://school19.stbur.ru/index.php?newsid=69>;
6. Степанова М.И. Школьные ранцы и здоровье детей. //Вестник образования № 17, 2004г.
7. Такая важная вещь- ранец - <http://www.schooler.ru/ranez.php>
8. <http://www.proshkolu.ru/user/vikafedotova38/blog/31227/>
9. <http://12.rospotrebnadzor.ru/directions/nadzor/22030/>вк

**Анкета руководителя детской работы**

1. Тимофеева Татьяна Владимировна
2. Тема работы : «Мой школьный портфель»
3. Домашний адрес: с.Братолюбовка ул.Садовая 12А
4. Телефон: 89243468874
5. Электронная почта : [hohlat-school@yandex.ru](mailto:hohlat-school@yandex.ru)
6. Место работы: МОБУ Хохлатская СОШ , учитель информатики

17.01.2017г.

Подпись \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В Тимофеева